

Ποια είναι τα συμπτώματα;

Τα συμπτώματα του παραλήρηματος εμφανίζονται ξαφνικά και περιλαμβάνουν αλλαγές στη σωματική και διανοητική κατάσταση ενός ανθρώπου. Ένα άτομο με παραλήρημα μπορεί:

- να φαίνεται πως έχει σύγχυση και προβλήματα μνήμης
- να μην είναι σίγουρο για την ώρα της ημέρας ή την τοποθεσία που βρίσκεται
- να μην μπορεί να δώσει προσοχή
- να ενεργεί διαφορετικά από τον συνηθισμένο εαυτό του
- να έχει αλλαγές στον τρόπο που λειτουργεί, δηλαδή στην κινητικότητα ή στην ικανότητα αυτοεξυπηρέτησης
- να είναι πολύ παραγμένο, νυσταγμένο, αιωπηλό και αποτραβηγμένο από τους άλλους, να αισθάνεται υπνηλία ή να έχει συνδυασμό αυτών των καταστάσεων
- να παρουσιάζει αλλαγές στις συνήθειες ύπνου, όπως να παραμένει ξύπνιο τη νύχτα και να νιώθει υπνηλία κατά τη διάρκεια της ημέρας
- να νιώθει φοβισμένο, αναστατωμένο, ευερέθιστο, θυμωμένο ή λυπημένο
- να βλέπει πράγματα που δεν υπάρχουν, κι όμως να του φαίνονται πολύ αληθινά
- να χάνει τον έλεγχο της ουροδόχου κύστης ή των εντέρων του (ακράτεια).

Τι προκαλεί παραλήρημα;

Το παραλήρημα συνδέεται συχνά με μια υποκείμενη σωματική ασθένεια ή λοίμωξη. Άλλες συχνές αιτίες παραλήρηματος σε ηλικιωμένους είναι μεταξύ άλλων:

- δυσκολία στην τουαλέτα (δυσκολιότητα ή αδυναμία εκκένωσης της ουροδόχου κύστης)
- αφυδάτωση ή υποσιτισμός
- σοβαρός πόνος
- φάρμακα, συμπεριλαμβανομένων φαρμάκων «χωρίς συνταγή»
- υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ
- απόσυρση από το αλκοόλ, τσιγάρα ή φάρμακα, ιδιαίτερα υπνωτικά χάπια
- αλλαγές στο περιβάλλον ενός ατόμου, όπως νοσηλεία σε νοσοκομείο.

Δεν είναι πάντα δυνατό να προσδιοριστεί η αιτία.

Πώς ξεκινά το παραλήρημα;

Τα συμπτώματα του παραλήρηματος εμφανίζονται πολύ γρήγορα, συνήθως σε διάστημα ωρών ή ημερών. Η συμπεριφορά ενός ατόμου μπορεί επίσης να μεταβληθεί κατά τη διάρκεια μιας ημέρας.

Μερικές φορές το παραλήρημα εκλαμβάνεται λανθασμένα ως άνοια ή κατάθλιψη. Επομένως είναι σημαντικό για την οικογένεια και τους φίλους να ενημερώνουν το ιατρικό προσωπικό για οποιαδήποτε ξαφνική αλλαγή στην ψυχική κατάσταση ενός ατόμου.

Πόσο διαρκεί το παραλήρημα;

Το παραλήρημα διαρκεί συνήθως μόνο για λίγες ημέρες, αλλά ενίοτε συνεχίζεται για εβδομάδες ή ακόμα και μήνες.

Αν το παραλήρημα δεν υποχωρήσει γρήγορα, μπορεί να παρατείνει το χρόνο νοσηλείας του ατόμου στο νοσοκομείο και να οδηγήσει σε σοβαρές επιπλοκές, όπως πτώσεις, έλκη κατακλίσης (πληγές πίεσης), ακόμη και θάνατο.

Θα ξανασυμβεί;

Τα άτομα που έχουν βιώσει παραλήρημα έχουν υψηλότερο κίνδυνο να εμφανίσουν ξανά παραλήρημα.

Ο ρόλος της οικογένειας και των φροντιστών

Είναι καθισχυαστικό για κάποιον με παραλήρημα να βλέπει δικούς του ανθρώπους. Η οικογένεια και οι φροντιστές ενθαρρύνονται να μένουν κοντά στο αγαπημένο τους πρόσωπο.

Τα μέλη της οικογένειας και οι φροντιστές μπορούν επίσης να παρέχουν πολύτιμες πληροφορίες στο προσωπικό που φροντίζει το άτομο με παραλήρημα. Είναι σημαντικό να ενημερώνετε το προσωπικό για οποιαδήποτε ξαφνική αλλαγή στην διανοητική ή τη σωματική κατάσταση ενός ατόμου.

Διατίθεται υποστήριξη για φροντιστές. Ενημερώστε το νοσηλευτικό προσωπικό εάν χρειάζεστε εσείς ή άλλα μέλη της οικογένειας κάποια υποστήριξη.

Πώς να βοηθήσετε και να προσφέρετε φροντίδα

- Μιλάτε αργά με καθαρή φωνή. Προσδιορίστε την ταυτότητά σας αναφέροντας τόσο το δικό σας όνομα όσο και το όνομα του ατόμου.
- Αποφεύγετε τις διαφωνίες.
- Ενθαρρύνετε και βοηθάτε το άτομο να παίρνει επαρκή τροφή και υγρά.
- Υπενθυμίζετε στο άτομο την τοποθεσία, την ημερομηνία και την ώρα. Ανοίγετε τις κουρτίνες στο δωμάτιό του κατά τη διάρκεια της ημέρας. Το να ξέρει κανείς τι ώρα είναι μπορεί να μειώσει τη σύγχυση.
- Εάν το άτομο φοβάει συνήθως γυαλιά ή ακουστικά βαρηκοΐας, βοηθήστε το να τα φορέσει και βεβαιωθείτε ότι λειτουργούν σωστά. Η εξασθένηση στην όραση ή την ακοή μπορεί να επιδεινώσει τη σύγχυση.
- Εάν το άτομο είναι ταραγμένο ή επιθετικό, μην προσπαθείτε να το συγκρατήσετε. Αν θέλει να περπατήσει, αφήστε το, αλλά προσπαθήστε να εξασφαλίσετε ότι δεν θα διακινδυνεύει από πτώση και ότι ο χώρος είναι απαλλαγμένος από κινδύνους.
- Φέριτε αντικείμενα που θα βοηθήσουν το άτομο να θυμάται το σπίτι του, όπως φωτογραφίες, ρόμπα, ραδιόφωνο ή άλλη συσκευή για να ακούει την αγαπημένη του μουσική.
- Ενημερώστε το προσωπικό για τυχόν προσωπικές πληροφορίες που μπορεί να βοηθήσουν το άτομο να ηρεμήσει και να προσαρμοστεί, όπως ονόματα μελών της οικογένειας και φίλων, χόμπι, σημαντικά συμβάντα κ.λπ.

Πώς αντιμετωπίζεται θεραπευτικά το παραλήρημα;

Το προσωπικό θα κάνει μια διεξοδική ιατρική αξιολόγηση για να αναζητήσει και να θεραπεύσει την υποκείμενη αιτία του παραλήρηματος. Εάν εντοπιστεί ένα σωματικό πρόβλημα, θα δοθεί κατάλληλη θεραπεία (για παράδειγμα, αντιβιοτικά για τη θεραπεία λοίμωξης του ουροποιητικού συστήματος).

Η θεραπεία στοχεύει μερικές φορές στην ελάττωση των συμπτωμάτων και στη μείωση του κινδύνου επιπλοκών.

Τι είναι το παραλήρημα;

Το παραλήρημα είναι ένα κοινό ιατρικό πρόβλημα που χαρακτηρίζεται από αλλαγές στη διανοητική λειτουργία.

Το παραλήρημα και τα συμπτώματά του αναπτύσσονται σε σύντομο χρονικό διάστημα, εντός ωρών ή ημερών. Συνήθως διαρκεί μόνο λίγες ημέρες, αλλά μπορεί να παραμείνει και για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα.

Το παραλήρημα παρουσιάζεται συχνότερα στους ηλικιωμένους, αλλά ενδεχομένως να εμφανιστεί σε οποιαδήποτε ηλικία. Μπορεί να είναι μια σοβαρή κατάσταση.

Σε πολλές περιπτώσεις το παραλήρημα μπορεί να προληφθεί. Η θεραπευτική αντιμετώπιση του παραληρήματος βασίζεται στην ανεύρεση και θεραπεία των υποκείμενων αιτιών.

Ποιος κινδυνεύει;

Άτομα που:

- είναι πολύ άρρωστα ή αδύναμα
- έχουν γνωστικά προβλήματα (στο παρελθόν ή τώρα), συμπεριλαμβανομένης της άνοιας, της διανοητικής αναπηρίας ή του εγκεφαλικού τραυματισμού
- είχαν παραλήρημα στο παρελθόν
- είναι ηλικίας άνω των 65 ετών, ή άνω των 45 ετών για Αυτόχθονες και Κατοίκους των Νήσων Torres Strait
- παίρνουν πολλά φάρμακα ή είχαν πρόσφατες αλλαγές στα φάρμακά τους
- υποβάλλονται σε μια χειρουργική επέμβαση, π.χ. εγχείρηση καρδιάς, ισχίου ή νευροχειρουργική
- βιώνουν κατάθλιψη
- έχουν κακή όραση ή/και εξασθενημένη ακοή.

Πόσο κοινό είναι το παραλήρημα;

Περίπου ένας στους πέντε ηλικιωμένους που εισάγονται στο νοσοκομείο, και περίπου οι μισοί τρόφιμοι σε ιδρύματα φροντίδας ηλικιωμένων, βιώνουν παραλήρημα σε κάποιο στάδιο της φροντίδας τους. Το παραλήρημα μπορεί να εμφανιστεί σε οποιαδήποτε ηλικία.

Εάν έχετε οποιοσδήποτε ανησυχίες ή ερωτήσεις σχετικά με το παραλήρημα, μιλήστε με τον τοπικό σας γιατρό ή ρωτήστε το προσωπικό του νοσοκομείου σας.

Στοιχεία Επικοινωνίας

Carers Australia - NSW Carer Line

1800 242 636

www.carersaustralia.com.au

My Aged Care

1800 200 422

www.myagedcare.gov.au

National Dementia Helpline

1800 100 500

Dementia Australia

www.dementia.org.au

NSW Agency for Clinical Innovation

Πρόγραμμα Φροντίδας Ηλικιωμένων με Συμπτώματα Σύγχυσης κατά την Νοσηλεία τους σε Νοσοκομείο
www.aci.health.nsw.gov.au/chops

Adapted with permission from Northern NSW Local Health District and Delirium Care Pathways, Department of Health and Aging, Canberra. 2010.

This brochure has been produced as part of the Care of Confused Hospitalised Older Persons Program and funded through the NHMRC Cognitive Decline Partnership Centre, 2018.

2HAC108 Μάρτιος 2020 0061 03/20



Delirium Παραλήρημα

Αυτό το φυλλάδιο παρέχει πληροφορίες για άτομα που διατρέχουν κίνδυνο να εκδηλώσουν ή έχουν βιώσει παραλήρημα, καθώς και για τις οικογένειες και τους φροντιστές τους



AGENCY FOR
**CLINICAL
INNOVATION**